**Аннотация к рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура» для 10-11 классов.**

Рабочие программы учебного предмета «Физическая культура» для 10-11 классов разработаны на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов основного общего образования, программы по физической культуре 10-11 классы Москва: Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха,Л.Б.Кофмана,Г.Б.Мейксона 2008.

В рабочей программе  по физической культуре конкретизируется содержание предметных тем образовательного стандарта, представлено распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся.

Рабочие программы по физической культуре ориентированы на учащихся 10-11 классов и рассчитаны на следующее количество часов:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| класс | 10 класс | 11класс |
| Количество часов в неделю в учебном плане | 3 | 3 |
| Количество часов за год | 102 | 102 |

При изучении физической культуры используется учебно-методический комплекс (УМК):

 1. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха,

 Л.Б.Кофмана,Г.Б.Мейксона 2008

 2. Комплексная программа по физической культуре 1- 11 классов адаптированного уровня.

 3. В.И.Лях, А.А.Зданевич, М.: просвещение 2010.

Физическая культура — это обязательный учеб­ный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздо­ровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутки, зарядки и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры во второй половине дня), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные празд­ники, походы и т. п.) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладе­ние основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую под­готовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № Э29-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образо­вания в общеобразовательных учреждениях вклю­чает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных общеоб­разовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяю­щая урочные, внеурочные формы занятий физиче­скими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскры­тия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

***Цель обучения*** — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и ор­ганизации активного отдыха.

***Задачи обучения:***

* укрепление здоровья, улучшение осанки, про­филактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и со­циальному развитию, успешному обучению;
* формирование первоначальных умений само­регуляции средствами физической культуры;
* обучение методике движений;
* развитие координационных (точность воспро­изведения и дифференцирование простран­ственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота и точ­ность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно-си­ловые, выносливость и гибкость) способно­стей;
* формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
* выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
* формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
* приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к опре­деленным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
* воспитание дисциплинированности, доброже­лательного отношения к товарищам, честно­сти, отзывчивости, смелости во время выпол­нения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представ­ление, память, мышление и др.) в ходе двига­тельной деятельности.